

HISTORISK DAG FOR PI BJJ

PI | Brasiliansk | Jiu Jitsu



Juleafslutning i PI BJJ

2020 har været et begivenhedsrigt, men i særdeleshed også udfordrende år for PI BJJ. Covid-19 har som i så mange andre sammenhænge været lidt en "party-killer" for foreningen. Der havde da også længe været lagt i støbeskeen til en hyggelig og festlig juleafslutning med hele foreningen, MEN som så meget andet i disse tider måtte den store festivitas desværre vige for virus og pandemi. Vi valgte dog alligevel at gennemføre den planlagte graduering, som skulle have været afholdt i forbindelse med juleafslutningen. Alt sammen selvfølgelig i overensstemmelse med de gældende coronarestriktioner. Men inden vi går videre med selve gradueringen, vil jeg gennemgå de forskellige bæltegrader der findes i Brasiliansk Jiu Jitsu.

BJJ bæltssystemet

I Brasiliansk Jiu Jitsu findes der ikke et pensum eller en decideret "eksamen" som skal bestås, ligesom det ses i f.eks. karate, taekwondo eller kung fu. I Brasiliansk Jiu Jitsu sker graduering af eleverne udelukkende på baggrund af trænerens subjektive vurdering af elevernes individuelle udvikling. Denne vurdering starter allerede fra

elevens første træningstime og tager udgangspunkt i, hvordan eleven klarer sig i den daglige træning, til konkurrence, hvor gammel eleven er og hvilken tilgang eleven har til træningen og træningskammeraterne. Det er altså både vigtigt, at eleven har en teknisk udvikling, men også en menneskelig og personlig udvikling.

I Brasiliansk Jiu Jitsu opererer man som udgangspunkt med 5 forskellige farver bæltter. For at avancere til næste farve bælte skal man desuden opnå 4 hvide streger på sit bælte.



Hvidt bælte:

Det hvide bælte er bæltensystemets første bælte og er således et "begynder-bælte". Det hvide bælte kan bæres af en hvilken som helst udøver af BJJ uanset færdigheder og erfaring.

Blåt bælte:

Det blå bælte er bæltensystemets andet bælte og dermed det første bælte man som udøver kan gøre sig fortjent til. Det blå bælte er formentlig det bælte, som udøveren vil bære i længst tid, og samtidig er det også den bæltegrad, hvor flest udøvere stopper med at træne. Det blå bælte gives til udøveren som har opnået en bred forståelse for stilartens basale teknikker og koncepter. Denne viden kan kun opnås, hvis udøveren regelmæssigt og kontinuerligt har passet sin træning. Udover en basal forståelse for stilarten har udøveren på dette stadie, til en vis grad, lært at forsvare sig selv, men er ikke nødvendigvis i stand til at angribe højere graduerede udøvere. Det er svært at sige, hvor lang tid det tager at få et blå bælte, da det er meget forskelligt fra udøver til udøver, og desuden afgøres af, hvor mange timer der bruges på træning om ugen. Generelt set er det dog normalt at bruge 2 år på at opnå denne bæltegrad.

Lilla bælte:

Det lilla bælte gives til udøveren, som har opnået stor viden og tekniske færdigheder. Udøveren der har set det meste, og selvom han ikke er ekspert i alle positioner, så ved han, hvordan langt de fleste aspekter af kampen fungerer. Dette betyder også, at udøveren ikke længere kun kan forsvare sig, men derimod nu kan begynde at angribe andre lillabælter og måske endda højere graduerede udøvere. Man kommer ikke sovende et lilla bælte, og da mange udøvere stopper igen efter at have opnået det blå bælte, er det straks meget mere krævende at opnå det lilla bælte. Det er desuden kendetegnende for udøveren på dette niveau og med denne erfaring at begynde at skabe en mere rodfæstet identitet inden for miljøet. Denne udøver har sandsynligvis allerede prøvet at stille op i turneringer og vil på dette tidspunkt ofte begynde at rette sit fokus mod seriøse turneringer eller mod et mere seriøst trænervirke, hvad enten det er som hjælpeinstruktør eller som indehaver af egen klub. Hvis man har modtaget det lilla bælte, har man desuden kompetencen til at graduere hvidbælter til blåbælter, såfremt man er den højest graduerede i sin klub. Det er normalt at bruge 5-6 år på at avancere fra hvidt til lilla bælte.

Brunt bælte:

Det brune bælte er det næstsidste bælte i rækken og gives kun til ganske få udøvere. Kun en meget lille procentdel af de udøvere der starter til BJJ opnår denne bæltegrad, som er sidste stop på vejen inden det famøse sorte bælte. Udøveren, der har opnået det brune bælte, er i stand til at kontrollere og dominere lillabælter og er desuden i stand til at angribe alle andre bæltegrader - selv sortbælter. Udøveren, der har modtaget det brune bælte har nu kompetencen til at graduere andre udøvere til både blå og lilla bælte, såfremt han er den højest graduerede i klubben. Det er normalt at bruge 7-8 år på at avancere fra hvidt til brunt bælte.

Sort bælte:

Det sorte bælte er det sidste i rækken og er det bælte der historisk set er givet færrest af på verdensplan. For at avancere fra brunt til sort bælte skal udøveren ikke opnå nye tekniske færdigheder. Til forskel fra brunbælten formår udøveren til gengæld at anvende

timing til at implementere sine skarpe teknikker på det helt rigtige tidspunkt, hvilket gør ham i stand til at vinde over brunbælterne. Den vigtigste forudsætning for at avancere fra brunt til sort bælte omhandler imidlertid en helt personlig og menneskelig udvikling. Først når udøveren har opnået en højere grad af selvrefleksion og en større forståelse for stilartens dybde, kan han modtage det sorte bælte. Det sorte bælte kan kun gives af en anden sortbælte, som har haft sit sorte bælte i minimum 6 år.

Rødt bælte:

Røde bælter og des lignende gives kun til de allermest erfarne sortbælter. Disse udøvere har haft deres sorte bælte i minimum 48 år. Derudover har de opnået "Grand Master"-status ved at have haft en helt unik og positiv indflydelse på Brasiliansk Jiu Jitsu på verdensplan. Der findes ikke meget mere end en håndfuld af disse udøvere på denne klode.

PI BJJ graduering

Siden foreningens oprettelse i starten af 2017, har der kun været afholdt én enkelt graduering. D. 24. august 2018 blev den første graduering i PI BJJ's historie afviklet. Ved denne lejlighed fik flere af PI BJJ's medlemmer en eller flere streger på deres hvide bælte. Siden da er mange nye medlemmer kommet til og d. 8. december 2020 blev historisk for PI BJJ, idet headcoach Alex og formanden Anders uddelte de første blå bælter til de medlemmer, som havde fortjent det.



(Billede fra gradueringen i 2018)

PI BJJ's medlemmer har allesammen udviklet sig rigtig meget i løbet af det forgangne år, men 4 medlemmer har haft en specielt god udvikling, hvorfor Dino, Mikkel, Patrick og Esben som de første i PI BJJ's historie, modtog det blå bælte.

Dino har været med siden jeg startede i foreningen, hvor han, helt grøn og uden erfaring, meldte sig ind i foreningen. Siden da har han passet sin træning kontinuerligt og har desuden udviklet en stor passion for brasiliansk jiu jitsu. Dino vandt desuden alle sine kampe, da han i marts 2019 stillede op for PI BJJ til Dansk Grappling Liga. Stort tillykke til Dino med det nye bælte!

Mikkel har ikke været medlem af foreningen lige så længe som de andre, men han har fra dag 1 været engageret og committet. Mikkel har i det forgangne år suget til sig og udviklet sig og han har været god til at komme regelmæssigt til undervisningen. Mikkel har desuden qua sin uddannelse og sin stilling på Politiskolen et meget højt instruktørniveau, som vi også nyder godt af i PI BJJ. Stort tillykke til Mikkel med det nye bælte!

Patrick er også en af de "gamle" drenge i vores forholdsvis unge forening. Patrick har som de 2 andre trofast passet træningen, hvilket har sendt ham igennem en stor teknisk udvikling. Patrick har ligeledes ydet en kæmpe indsats for foreningen og har holder bl.a., via sin funktion som kasser, sammen på foreningens økonomiske fundament. Stort tillykke til Patrick med det nye bælte!

Esben, der på trods af at have været i foreningen længere end de fleste, har altid været lidt af en "young gun", og han har faktisk haft Mikkel som sin magtanvendelseslærer på Politiskolen. Esben er dog for længst "fløjet fra reden" kvæler nu af og til sin gamle lærer

foreningens måtter. Esben har også flittigt passet sin træning og er nu mere "gun" end



"young". Stort tillykke til Esben med det nye bælte!

(Billede fra gradueringen d. 8. December 2020)

Året 2020 har alt i alt været et godt år og vi i foreningen glæder os meget til, at vi igen kan give bælte ud til vores medlemmer. Den vigtigste forudsætning for, at vi kan blive bedre er, at vi allesammen passer træningen og det sociale fællesskab som foreningen står for. Alle politi'er er velkomne uanset alder, køn og erfaring og vi glæder os til vi igen kan træne med både nye og gamle holdkammerater.